



In collaborazione con il «Programma promozione salute» delle Aziende sanitarie modenesi, coordinato dal dott. Giuseppe Fattori. Per domande e proposte: g.fattori@ausl.mo.it

LA PAGINA

DELLA SALUTE



Alcol, fumo, droga, doping

«La non facile impresa di educare gli adolescenti»

IL TEST



La gravidanza

1) A cosa serve l'assunzione di acido folico in gravidanza?

- Per la prevenzione di tutte le malformazioni congenite
- Per la prevenzione delle malformazioni del tubo neurale
- Non è stata dimostrata una sua utilità in gravidanza

b) La spina bifida e l'anencefalia (malformazioni o difetti del tubo neurale) sono dovute ad un'anormale sviluppo della colonna vertebrale o di cranio e cervello. L'acido folico è una vitamina che si trova naturalmente negli alimenti, ma l'apporto dietetico può non bastare. La sua assunzione a scopo preventivo deve iniziare almeno due mesi prima del concepimento e continuare per tutto il primo trimestre di gravidanza.

2) Indossare la cintura di sicurezza durante la gravidanza, in caso di incidente può:

- Danneggiare il feto
- Ridurre la mortalità materna e fetale
- Non si sa

b) In caso di incidente le donne in gravidanza senza cintura, rispetto a quelle trattenute dalla cintura, hanno un rischio superiore di partorire un neonato di basso peso, parto prematuro, distacco placentare, sanguinamento e morte fetale.

3) In una gravidanza senza particolari rischi quando è consigliato eseguire l'ecografia?

- Tutti i mesi
- Una volta ogni trimestre
- Tutte le volte che si desidera

b) In Italia vengono usualmente eseguite tre ecografie, anche se una ecografia di routine nel terzo trimestre, in assenza di fattori di rischio, non ha mostrato vantaggi per la madre o per il feto. L'esame ecografico in gravidanza è da considerare sicuro se utilizzato in modo appropriato e su indicazione medica.

4) Quali informazioni può fornire l'ecografia del secondo trimestre (5° mese)?

- Non aggiunge nulla rispetto alle ecografie eseguite in epoche diverse
- Può diagnosticare la presenza di alcune, non tutte, malformazioni congenite del feto
- Riesce a vedere se il feto è sano

b) L'epoca preferibile per riconoscere con l'ecografia la presenza di malformazioni del corpo fetale (presenti nel 2-3% di tutti i neonati) è tra 18 e 22 settimane di gravidanza. L'attendibilità dell'ecografia non è però totale e può variare anche in relazione alle parti dell'organismo esaminate (es. le malformazioni dell'apparato respiratorio sono riconosciute in 50% dei casi circa).

Dottor Claudio Vagnini, che cosa si fa oggi per la promozione della salute e la prevenzione nel Distretto sanitario dell'Unione Terre d'Argine.

«E' un argomento di fondamentale importanza tanto che nel «piano di zona» del 2009-2011 si dà molto spazio alla gestione associata e all'interazione socio-sanitaria. Attraverso una comunicazione integrata si cerca cioè di informare tutti i cittadini. Questo tipo di organizzazione è piuttosto innovativa all'interno del Sistema sanitario pubblico e prevede anche una stretta collaborazione con il settore del no-profit e con quelli dei giovani e della sicurezza. Per usare parole più semplici, i progetti in questo senso toccano temi molto vari, essendo dedicati soprattutto alle famiglie e agli adolescenti, alla dipendenza da droga, fumo e alcol, agli anziani, ai disabili e alla salute mentale, fino alla povertà e al disagio».

Cosa promuovete in particolare?

«La promozione nel nostro distretto riguarda in larga parte l'ambito scolastico-didattico e si focalizza, ad esempio, molto sugli stili di vita. Grazie alle iniziative dei nostri operatori, non retribuiti in questo lavoro aggiuntivo, puntiamo a educare i ragazzi, in collaborazione con il Sert e il dipartimento delle patologie, contro i rischi che provocano la droga, il fumo e l'alcol. Soprattutto il vizio del fumo è ovviamente diffusissimo tra gli adolescenti, dunque si tratta di una tematica importantissima. Per quanto riguarda gli stili di vita, la nostra attenzione è soprattutto orientata al tentativo di diffondere sempre più le abitudini di vita sane, l'alimentazione corretta e ricordare come il movimento quotidiano sia un vero toccasana. Per queste attività lavoriamo soprattutto con il dipartimento di sanità pubblica e con quello di Medicina dello sport».

Che tipo di progetti portate avanti con la Medicina dello sport?

«E' una collaborazione fondamentale, per quanto riguarda l'attenzione alle giovani generazioni. La sensibilizzazione è fondamentale: pensiamo a un tema delicato - e di cui i giornali parlano tanto - come la lotta contro il doping, ossia contro le sostanze che in vari modi permettono di migliorare le prestazioni, causando però danni a volte irreversibili sull'organismo. Purtroppo tante sostanze, tanti «beveroni», non vengono percepiti come una droga. Penso ad esempio al mondo del ciclismo che

Perché è necessario svezzare il bambino?

«Svezzare è una risposta ad una esigenza fisiologica dell'organismo del bambino che dai 6 mesi in poi ha bisogno di più energia, proteine, ferro, vitamine, cioè di una dieta più ricca e variata. Poi lo svezzamento ha anche una finalità educativa, cioè rendere gradualmente autonomo il bambino dalla madre (o dal padre)».



è quello che provoca i maggiori problemi, anche perché poi aumentano le patologie».

I giovani rispondono a quest'opera di prevenzione?

«Purtroppo pochissimo, e forse dovremo organizzarci meglio per gli incontri pubblici dedicati ai ragazzi, su temi importantissimi - come la cronaca racconta drammaticamente in questi giorni - come la sessualità e il bullismo. I giovani non vengono facilmente alle iniziative, anche se l'Azienda Usl ha messo in

cedendo come si tratti di temi più vicini al loro vivere quotidiano. Sono molto attente le donne, mentre gli uomini non lo sono quasi per niente; comunque in questo modo contribuiamo a far crescere la coscienza della gente».

Quali sono le malattie più diffuse sulla totalità della popolazione?

«Purtroppo sono le malattie degenerative, il morbo di Parkinson e l'Alzheimer. Abbiamo comunque un ottimo centro per la cura delle demenze che, ahimè, ricordava una recente ricerca, sono in netto aumento visto l'invecchiamento progressivo della popolazione. Ed è drammatico perché non queste malattie la gente purtroppo si trasforma. Qui riveste un ruolo importantissimo il medico di famiglia che può notare nei malati, fin dall'inizio, i sintomi e dunque dare alle strutture adeguate la possibilità di intervenire in tempi brevissimi. Dopodiché il paziente viene valutato dai medici della sfera psichica di medicina generale: vengono svolti alcuni test e si danno le prime indicazioni terapeutiche».

Organizzate tanti incontri?

«Sì, e funziona molto bene il rapporto costante con le istituzioni carpiensi. Tenga presente che gli incontri pubblici sono molto complicati da mettere in piedi: occupano tante energie e francamente il pubblico non sempre risponde numeroso perché c'è sempre la percezione che quella data malattia non riguarda lui. In tutti calchiamo sempre l'attenzione sulla prevenzione e sull'importanza dell'intervenire in tempo; pensi, per esempio, ai passi avanti da gigante che ha fatto la cura dalla cataratta. Oggi si risolve in ambulatorio in modo molto veloce, mentre un tempo si diventava ciechi». (Stefano Iuppi)



Il dottor Claudio Vagnini è direttore del Distretto sanitario 1 dell'Ausl di Modena, comprende le comuni dell'Unione Terre d'Argine (Carpi, Campogalliano, Soliera e Novi). E' specializzato in igiene e sanità pubblica.

cantiere nei mesi scorsi incontri con i gruppi musicali, come ad esempio i Negramaro».

Vi occuperete anche della prevenzione per gli anziani immagino.

«Ovviamente, vista l'importanza della sensibilizzazione: a questo proposito gli anziani sono i più ricettivi, forse anche perché hanno più tempo e dedicano più attenzione per-

L'OPINIONE

SE LO STATO FA LA «BAMBINAIA»

di Gavino Maciocco *

Nella promozione della salute, il termine «community-based health promotion» indica le azioni basate sul coinvolgimento di un'intera comunità, identificata in un territorio (una città, una provincia). Applicando il «modello ecologico», i comportamenti degli individui sono plasmati dall'interazione con l'ambiente sociale, che include i condizionamenti a livello interpersonale, organizzativo, comunitario e politico.

La «community-based health promotion» si basa su interventi di informazione ed educazione sanitaria che coinvolgono la comunità a vari livelli (strutture sanitarie, scuole...) utilizzando molteplici modalità di comunicazione, con l'intento di raggiungere il pubblico più vasto e contemporaneamente di influenzare specifiche reti sociali, autorità locali e opinion leader.

Tra il 1980 e il 2001 sono stati pubblicati 32 articoli relativi a progetti di «community-based health promotion». I risultati sono stati oggetto di una review e nel complesso sono piuttosto deludenti. Secondo lo studio, il modesto impatto della «community-based health promotion» dipende da molteplici fattori, tra cui la limitatezza degli interventi, troppo modesti per produrre grandi effetti nella comunità. Programmi troppo focalizzati sugli individui, con la maggior parte delle persone che riceve solo interventi di educazione di massa.

Queste strategie vanno profondamente ripensate, dando priorità a tre tipi di approccio: interventi one-on-one per i soggetti ad alto rischio, interventi di comunità finalizzati a cambiare le norme sociali e interventi a livello strategico per modificare l'ambiente politico e sociale.

Il King's Fund, principale istituzione indipendente di ricerca britannica, si è chiesto se nel campo della sanità pubblica il governo debba svolgere o meno il ruolo di nanny, la bambinaia che accudisce i cittadini, accompagnandoli (e talvolta costringendoli) a fare scelte favorevoli per la propria salute. L'intera storia della sanità pubblica è attraversata dalla tensione tra coloro che sono favorevoli a uno Stato interventista, che promuova l'interesse pubblico, e i libertari, che preferiscono uno Stato «minimo» che tuteli la libertà individuale. Secondo il King's Fund ci sono forti argomenti a favore dell'intervento statale. Lo Stato non deve essere paternalista o eccessivamente prescrittivo, ma non può rinunciare ad assumersi la responsabilità di difendere la salute della nazione.

Ci sono molteplici modalità con cui un governo può compiere questa funzione: attraverso l'informazione, stabilendo regole, modificando l'ambiente, riducendo le disuguaglianze nella salute, introducendo tasse e misure restrittive.

Molti fumatori vogliono smettere e altrettante persone in sovrappeso vogliono dimagrire: se un governo rende i cittadini maggiormente in grado di agire come desiderano, senza tuttavia imporre nulla, è difficile sostenere che questo mina la libertà individuale. Semplicemente, si rendono più facili le scelte giuste.

*Dipartimento Sanità Pubblica Università di Firenze

IN PILLOLE

Durante lo svezzamento bisogna smettere di allattare al seno?

«Svezzare non significa togliere l'abitudine al bambino di attaccarsi al seno; infatti durante lo svezzamento 2-3 pasti sono a base di latte materno almeno fino ad 1 anno

di età del bambino».

Con quali alimenti possiamo iniziare lo svezzamento del bambino?

«Si può iniziare intorno al 4°-5° mese a fargli assaggiare la frutta fresca, come mela o pera grattugiata o come omogeneizzato di frutta per prendere confidenza con il cucchiaino e con alimenti di consistenza diversa dai liquidi».

In collaborazione con Conad e Modena Radio City